



Кирсанова

Согласовано:  
Заведующий Д/с Веселые нотки № 49

Кирсанова Татьяна Витальевна

## МЕНЮ для аллергиков (сад) № 1

на 12.10.2026

/с Веселые нотки № 49

### Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)

| Сборник рецептур   | Код блюда | Наименование                                                                             | Выход гр. | Пищевая ценность |      |          |        |
|--------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|--------|
|                    |           |                                                                                          |           | Белки            | Жиры | Углеводы | Ккал   |
| 464/96 таб.№4      | 18237     | Каша кукурузная вязкая с сахаром<br>Вода / Крупа кукурузная / Масло растительное / Сахар | 200/5     | 4,59             | 6,66 | 44,25    | 255,29 |
| 392/2014 Дели плюс | 14384     | Чай с сахаром<br>Вода / Чай заварка : (Вода / Чай черный) / Сахар                        | 180       |                  |      | 9,98     | 39,92  |
| ПП                 | 14700     | Батон<br>Батон                                                                           | 30        | 2,25             | 0,87 | 15,42    | 78,51  |
| Итого:             |           |                                                                                          | 415       | 6,84             | 7,53 | 69,65    | 373,72 |
| Итого ХЕ:          |           |                                                                                          |           |                  |      | 5,80     |        |

### Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование                             | Выход гр. | Пищевая ценность |      |          |       |
|------------------|-----------|------------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------|
|                  |           |                                          |           | Белки            | Жиры | Углеводы | Ккал  |
| Таб.№24/96       | 16019     | Десерт фруктовый (груша)<br>Груша свежая | 90        | 0,36             | 0,27 | 9,27     | 40,95 |
| Итого:           |           |                                          | 90        | 0,36             | 0,27 | 9,27     | 40,95 |
| Итого ХЕ:        |           |                                          |           |                  |      | 0,77     |       |

### Обед 1 (с 3 до 7 лет)

| Сборник рецептур    | Код блюда | Наименование                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Выход гр. | Пищевая ценность |       |          |        |
|---------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
|                     |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |           | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккал   |
| 22/2014             | 19361     | Салат из картофеля с солеными огурцами<br>Салат из картофеля с солеными огурцами : (Картофель п/ф / Огурцы соленые д/с / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное)                                                                                                                                                                    | 40        | 0,59             | 2,09  | 3,71     | 36,05  |
|                     | 17734     | Щи из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне<br>Щи из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне: (Бульон куриный: (Вода / Цыпленок бройлер.1 кат. п/ф / Соль пищевая / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Капуста свежая п/ф / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль пищевая / Томатная паста) | 200       | 5,29             | 7,38  | 7,61     | 118,04 |
| 300/2014 Дели плюс  | 14660     | Филе куриное отварное<br>Филе куриное / Соль пищевая / Лук репчатый п/ф                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 50        | 16,07            | 1,30  | 0,40     | 77,55  |
| 460/2013 Самар.обл. | 18286     | Рис отварной с овощами<br>Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль пищевая                                                                                                                                                                                                                                               | 150       | 3,72             | 5,51  | 37,12    | 212,90 |
| ТТК                 | 15024     | Компот из сливы<br>Вода / Слива свежемороженая / Сахар / Лимонная кислота                                                                                                                                                                                                                                                                               | 180       | 0,14             | 0,05  | 7,72     | 31,93  |
|                     | 14492     | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный или хлеб зерновой                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 15        | 1,29             | 0,20  | 6,78     | 34,04  |
| ПП                  | 14654     | Хлеб ржаной<br>Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 30        | 2,04             | 0,39  | 11,94    | 59,43  |
| Итого:              |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 665       | 29,14            | 16,92 | 75,28    | 569,93 |
| Итого ХЕ:           |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |           |                  |       | 6,27     |        |

### Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)

| Сборник рецептур    | Код блюда | Наименование                                                                                                                                   | Выход гр. | Пищевая ценность |       |          |          |
|---------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------|
|                     |           |                                                                                                                                                |           | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккал     |
| ТК 41/2008          | 14958     | Салат Витаминный с маслом растительным<br>Капуста свежая п/ф / Яблоки свежие / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Сахар / Соль пищевая  | 45        | 0,57             | 2,38  | 5,14     | 44,26    |
| 357/96              | 7206      | Мясо отварное из говядины<br>П/ф мясной крупнокусковой б/к из говядины категории А / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф | 40        | 12,10            | 10,37 | 0,24     | 142,69   |
| 318/2011 Дели принт | 19265     | Картофель отварной<br>Картофель отварной : (Картофель п/ф / Масло растительное / Соль пищевая)                                                 | 130       | 2,60             | 4,34  | 21,19    | 134,20   |
| 392/2014 Дели плюс  | 14384     | Чай с сахаром<br>Вода / Чай заварка : (Вода / Чай черный) / Сахар                                                                              | 180       |                  |       | 9,98     | 39,92    |
|                     | 14492     | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный или хлеб зерновой                                                                                             | 15        | 1,29             | 0,20  | 6,78     | 34,04    |
| Итого:              |           |                                                                                                                                                | 410       | 16,56            | 17,28 | 43,33    | 395,11   |
| Итого ХЕ:           |           |                                                                                                                                                |           |                  |       | 3,61     |          |
| Всего:              |           |                                                                                                                                                |           | 52,90            | 42,00 | 197,53   | 1 379,71 |
| Всего ХЕ:           |           |                                                                                                                                                |           |                  |       | 16,46    |          |

Зав.производства

Ответственный за питание



Россия, 445043 Самарская область, г.Самара, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru